

DJみそしるとMCごはん考案 ＜ キツネとタヌキのおむすび合戦 ＞

★キツネおむすび

材料(おむすび2つつ分)

ごはん……茶碗1杯分
いなり寿司用油揚げ…… 2枚
ノンオイルのツナ缶…… 1/2缶
はちみつ梅干し……1個
マヨネーズ……大さじ1/2
のり……少々
みつば……少々

★タヌキおむすび

材料(おむすび2つつ分)

ごはん……茶碗1杯分
むきエビ(茹でてあるもの)……2～3尾
揚げ玉…… 10g
青のり……少々
めんつゆ……少々
のり……少々
スライスチーズ……少々
ちくわ(タヌキの耳)……少々
みつば……少々
マヨネーズ(耳の接着剤)……適量

作り方

- 1 梅干しはタネを取り除いて細かく叩く
- 2 水分を絞ったツナとマヨネーズを和える
- 3 ラップを使って1と2を入れた小さめのおむすびを作り、いなり寿司用油揚げを被せる
- 4 のりで目と鼻をつけてみつばを飾る

作り方

- 1 エビは小さめのぶつ切りにする
- 2 ごはんに1、揚げ玉、青のりを加え、めんつゆで味をととのえる
- 3 ラップを広げ2をまるく握る
- 4 半円に切ったちくわをマヨネーズでつけ、のりとチーズで顔をつけたら、最後にみつばを飾る

